

Interstitielle Zystitis - mehr als nur ein Harnwegsinfekt

Datum: 22.08.2019

Original Titel:

Die Versorgungssituation von Patienten mit Interstitieller Zystitis in Deutschland

„Ich rannte alle 5 Minuten zur Toilette und war froh, dass der Blasenkrampf nachließ und eine kleine Menge Urin floss. Doch schon bald begannen die Schmerzen erneut, brennend und stechend. Ich war so erleichtert, als ich endlich eine Diagnose hatte.“ Lisa (23) hatte Glück: Ihre Ärztin hat die Interstitielle [Zystitis](#) schnell erkannt und sofort eine Behandlung veranlasst. Fast immer vergehen jedoch bis zur Diagnose viele Jahre - durchschnittlich sind es sogar 9 Jahre, wie eine Umfrage unter 270 Betroffenen mit Interstitieller [Zystitis](#) ergab (Jocham et al., 2013). Fast die Hälfte der Patienten sucht über 20-mal einen Arzt auf, ehe die Diagnose gestellt wird.

Ein möglicher Grund dafür: Die Interstitielle Zystitis weist Parallelen zu verwechselbaren Erkrankungen wie Harnwegsinfekten oder überaktiver [Blase](#) auf. Es kommt also darauf an, die Symptome genau zu erfassen und abzugrenzen. Oft wird aufgrund der Schmerzen beim Wasserlassen und den häufigen Toilettengängen zunächst ein Harnwegsinfekt diagnostiziert und ein Antibiotikum verschrieben. [Antibiotika](#) sind bei der interstitiellen Zystitis jedoch nicht wirksam. Tritt zusätzlich zur interstitiellen Zystitis ein Harnwegsinfekt auf, schlägt das verschriebene Antibiotikum zunächst an und die Beschwerden gehen zurück. Die zugrunde liegende Interstitielle Zystitis bleibt aber unentdeckt.

Häufig kommen die vermeintlichen Harnwegsinfektionen immer wieder - bis sich im Laufe der Jahre die typischen Symptome der Interstitiellen Zystitis manifestieren: immer stärker werdende Schmerzen und häufige Toilettengänge - übrigens oft auch nachts. Über die Hälfte der Patienten muss häufiger als 14-mal am Tag Wasser lassen (Jocham et al., 2013). Eine Überweisung zum Urologen bringt meist nicht viel Neues - die Urinuntersuchungen sind unauffällig; der vermeintliche Harnwegsinfekt ist durch die [Antibiotika](#) erst einmal wieder weg.

Typische Schmerzen bei Interstitielle Zystitis

Charakteristisch sind chronische Bauch- oder Unterleibsschmerzen, die immer wieder auftreten und mit der Zeit zunehmen. Im späteren Krankheitsverlauf kann ein dauerhaft vorhandener „Grundschmerz“ entstehen, der durch Schmerzspitzen noch verstärkt wird.

Die Schmerzen werden als brennend, stechend oder schneidend beschrieben. Typischerweise treten sie vor dem Wasserlassen, also während der Füllphase der [Blase](#) auf. Deshalb bringt das Wasserlassen (Miktion) Erleichterung, jedoch nur für kurze Zeit. Auch die Blasenentleerung selbst kann schmerzhaft sein.

Das Wichtigste bei IC: sicher diagnostizieren - schnell therapieren

Für eine sichere, frühzeitige Diagnose ist es wichtig, die Interstitielle Zystitis von einer Harnwegsinfektion abzugrenzen. Dabei hilft ein Miktionstagebuch, in dem Trink- und Toilettenverhalten sowie Dauer, Zeitpunkt und Stärke der Schmerzen über einige Tage protokolliert

werden. Für eine sichere Diagnose der Interstitiellen Zystitis sind dann eine Blasenpiegelung ([Zystoskopie](#)) beim Urologen notwendig, da sich damit krankheitstypische Veränderungen des Blasengewebes (Hunner-Läsionen oder Glomerulationen) erkennen lassen.

Interstitielle Zystitis oder Harnwegsinfekt? Typische Symptome zur Abgrenzung

Interstitielle Zystitis (IC)	Harnwegsinfektion (HWI)
Schmerzen <ul style="list-style-type: none"> • Schmerzen bei Blasenfüllung, vor Miktion • Stechend, schneidend, glühend, bohrend • Langanhaltend oder auch phasenweise mit Schmerzspitzen • Schmerzen können in unterschiedlichen Bereichen auftreten: Unterbauch, Becken, Blase, Harnröhre, äußere Geschlechtsstelle, Damm, Anus oder als Rückenschmerzen ausstrahlen • Schmerzen beim oder nach Geschlechtsverkehr • nehmen im Krankheitsverlauf an Stärke zu 	Schmerzen in der akuten Phase <ul style="list-style-type: none"> • Bauchkrämpfe • Brennendes Gefühl beim Wasserlassen
Miktion/ Wasserlassen <ul style="list-style-type: none"> • sehr häufig, >8 bis 60 Mal am Tag • nächtlicher Hamdrang • oft nur sehr kleine Mengen • Nachlassen des Schmerzes nach der Miktion 	Miktion/ Wasserlassen <ul style="list-style-type: none"> • heftiger Hamdrang • Brennende, stechende Schmerzen beim Wasserlassen
Häufige Begleiterkrankungen <ul style="list-style-type: none"> • Reizdarmsyndrom, Migräne, Endometriose, andere Immunerkrankungen Sonstige Beschwerden <ul style="list-style-type: none"> • oft auch in Verbindung mit Allergien und Lebensmittelverträglichkeiten 	Sonstige Beschwerden <ul style="list-style-type: none"> • Bauch kann sich aufgebläht fühlen

Je früher die Interstitielle Zystitis erkannt wird, umso besser kann sie behandelt werden.

Hilfe und Unterstützung finden Betroffene beim [ICA Deutschland e. V.](#), dem Mediziner, Wissenschaftler, Therapeuten und Patienten angehören. Interessierte erhalten dort Informationen zu Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten, einschließlich neuester Erkenntnisse aus der Forschung, sowie Ratschläge zur Selbsthilfe bei IC.

Viel Wissenswertes bietet auch die neue [Patientenleitlinie „Diagnostik und Therapie der Interstitiellen Zystitis IC/BPS“](#): Die Autoren empfehlen für die medikamentöse Behandlung den oralen Wirkstoff Pentosanpolysulfat (PPS). Das als Kapsel verfügbare Pentosanpolysulfat repariert die geschädigte Blasenschleimhaut und verhindert so, dass Harnbestandteile in die Blasenschleimhaut eindringen und dort Reizungen und Entzündungen verursachen.

Generell gilt: Je früher die IC erkannt wird, desto wirksamer kann sie behandelt werden.

Weitere Informationen finden Sie hier:

- [Miktions- und Schmerztagebuch](#)
- [Hilfe-bei-IC.online](#)
- [Deutsche Studie: Befragung von Patienten mit interstitieller Zystitis](#)

Quellen: Jocham D, Froehlich G, Sandig F, Ziegler A. Die Versorgungssituation von Patienten mit Interstitieller Zystitis in Deutschland. *Urologe*. 2013;52(5):691-702. [doi:10.1007/s00120-013-3130-8](https://doi.org/10.1007/s00120-013-3130-8)

Referenzen:

Jocham D, Froehlich G, Sandig F, Ziegler A. Die Versorgungssituation von Patienten mit Interstitieller Zystitis in Deutschland. *Urologe*. 2013;52(5):691-702. [doi:10.1007/s00120-013-3130-8](https://doi.org/10.1007/s00120-013-3130-8)



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“